

¡Bienvenido a la ciudad de las excusas!

Donde vivir saludable no es una prioridad



Miedo a Lesionarse

"Tengo miedo de lesionarme o tener un ataque al corazón".



Falta de Energía

"Estoy demasiado cansado después del trabajo como para ponerme a hacer cualquier tipo de actividad física".



Falta de Tiempo

"Mi día es tan ocupado que realmente creo que no tengo tiempo para incluir actividad física en mi itinerario".

Falta de Compromiso

"Es más fácil para mí encontrar excusas para no hacer actividad física que ir afuera y hacer algo".